

Naturtipps im April

Ostern steht vor der Tür und vielleicht befindet ihr und eure Familie euch gerade schon mitten in den Vorbereitungen. Ihr erfahrt in diesem Naturtipper, wie ihr artgerechte Hühnerhaltung unterstützen könnt und wie man auf nachhaltige Weise Eier färbt. Außerdem warten auf euch spannende Quizfragen und Infos rund ums Huhn. Ihr könnt euch zudem von Bastel- und Spielideen zum Thema „Ostern“ inspirieren lassen.

Eier färben mit Naturfarben

Die Wochen vor Ostern sind traditionell dafür da, sich auf das Osterfest vorzubereiten. Eier färben gehört üblicherweise zum Programm. Dabei ist es gar nicht nötig, sich künstliche Eierfarben zu kaufen, denn man kann Eier auch ganz nachhaltig mit Naturmitteln färben. Es eignen sich z.B. gekochte Avocado Schalen und anderen Lebensmittel, die natürliche Pigmente enthalten.

Eier färben mit Avocado Schalen

Was ihr braucht:

- Eier (braune und weiße für verschiedene Farbtöne)
- Schalen von mindestens 3 Avocados (gewaschen und getrocknet)
- Kern von Avocado (optional)
- 1 EL Essig
- 2 große Kochtöpfe
- Küchentuch
- Löffel
- Zeitungspapier
- alte Kleidung

So wird's gemacht - Eier färben mit Avocado Schalen:

- Mit Hilfe eines Küchentuchs und des Essigs den Stempel vorsichtig vom Ei abrubbeln und es rundherum einreiben. Dies löst auch Schmutz und Aufdrucke von der Schale und hilft dabei, dass die Eier die Farbe besser aufnehmen. So bekommt man ein gleichmäßiges und schönes Farbergebnis.
- Eier hart kochen. Lasst euch beim Kochen helfen.
- Die hartgekochten Eier auskühlen lassen.
- In der Zwischenzeit einen Topf mit mindestens 3 Liter Wasser aufstellen und zum Kochen bringen.
- Die Schalen (und wenn vorhanden auch den Kern) der Avocados darin auskochen, bis ein dunkelrot-brauner Sud entsteht.
- Herd abdrehen und auf Handwärme auskühlen lassen.

- Darin die Eier mehrere Stunden (am besten über Nacht) liegen lassen. Die Avocadoschalen müssen nicht entfernt werden.
- Danach die Eier mit einem Löffel aus dem Sud heben und ohne abzuwischen auf einem Küchentuch trocknen lassen.
- Zieht euch dazu am besten alte Kleidung an und legt die Arbeitsfläche mit Zeitungspapier aus, denn die Farbe färbt nicht nur Eier.
- Die Schattierung der Eier reicht dann von zartrosa bis dunkelrot, rostbraun bis altrosé und passt perfekt zu einem natürlich gedeckten und dekoriertem Ostertisch.

Muster:

- Neben den unterschiedlichen Farbschattierungen, die sich mit weißen und unterschiedlich braunen Eiern erzielen lassen, gelingen auch Muster.
- Dazu kann man Gräser, Blätter oder Schablonen aus Klebeband auf das Ei geben, einen Nylonstrumpf darüber ziehen und mit einem Knoten festziehen. Und das Ei so vorbereitet in den Sud einlegen.

Eier färben mit Säften

Es funktioniert am besten mit hellen oder ganz weißen Eiern. Diese können die Farbe viel einfacher aufnehmen und man bekommt schönere und sattere Farben. Je dunkler das Ei, desto schwieriger ist es, dieses zu färben.

- Kocht die Eier zunächst hart
- bereitet dann euren Farbsud vor: Dafür verwendet ihr Direktsaft (oder auch Muttersaft). Säfte dieser Art gibt's in Drogeriemärkten und auch Supermärkten. Achtet darauf, dass es sich wirklich um Direktsaft ohne Zusätze handelt. Mit Holunder- und Heidelbeersaft bekommt man wunderschöne violette Töne. Die Intensität könnt ihr natürlich variieren und so dann sehr hübsche Ombré-Eier gestalten. Rote-Rüben-Saft eignet sich auch super, damit bekommt ihr ein hübsches Rosa. Cranberry- oder Granatapfelsaft könnt ihr für Rottöne verwenden.
- Zum Färben werden die Säfte einfach erhitzt und die hart gekochten Eier dann in den heißen Farbsud gelegt- genau wie beim Färben mit Avocadoschalen.

Eier färben mit Kräutern & Gewürzen

Wer Kräuter, Gewürze und Tees zu Hause hat, kann natürlich auch diese zum Eier färben verwenden. Man sollte zu hellen Eiern greifen, um wirklich gute Ergebnisse zu bekommen. Die Eier werden hierbei immer im Farbsud mitgekocht – am besten für 30 Minuten – und können anschließend auch noch für einige Zeit im Farbsud liegen bleiben. Kurkuma färbt sehr schön gelb. Auch Teesud, zum Beispiel von Kamille oder Rooibos, eignet sich zum Färben. Ihr könnt kreativ werden und einfach verschiedene Dinge ausprobieren. Beachtet jedoch, dass manche Sachen stärker färben als andere und man daher von manchen Kräutern/Gewürzen mehr benötigt als von anderen. Für 1 Liter Wasser benötigt ihr beispielsweise nur 1 TL Kurkuma, wenn jedoch mit Petersilie oder Tee gefärbt werden soll, müsst ihr zu deutlich mehr greifen. Folgt eurem Gefühl und nehmt lieber zu viel als zu wenig. Das Ergebnis und die Farbintensität hängen immer auch von der Struktur und der Farbe des Eis ab.

Eier färben mit Gemüsesorten

Auch Zwiebeln, Spinat, frische rote Rüben und Rotkraut eignen sich super zum Färben. Man kann hier, ähnlich wie bei Kräutern und Gewürzen, die Eier direkt im Farbsud kochen und dann noch weiter darin liegen lassen oder wie zuvor die Eier vorab hart kochen und dann in den Farbsud legen, je nachdem wie intensiv die Farbigkeit werden soll. Hier kann man Experimente wagen und beispielsweise durch die Zugabe von Essig oder Speisesoda die Farbe verändern. Bei Rotkraut-Eiern kann man dadurch drei ganz unterschiedliche Farbergebnisse erzielen – Hellblau, Mint und Dunkelblau –. Rote Zwiebelschalen ergeben ein wunderschönes dunkles Rot.

Färbemittel im Überblick:

Lebensmittel	Farbergebnis
Kurkuma Pulver	Sattes Gelb bis helles Orange
Heidelbeeren (tiefgekühlt)	Blau
Rotkraut	Türkis, Hellblau, Mint und Dunkelblau
Helle Zwiebelschalen	Helles Braun bis Gold
Avocado	Von zartrosa bis dunkelrot
Holunder- und Heidelbeersaft	Violettöne
Rote-Rüben-Saft	Rosa
Cranberry- oder Granatapfelsaft	Rottöne
Rote Zwiebelschalen	Dunkelrot

Durch die Zugabe von Salz, Essig oder Speisesoda ergeben sich weitere Farboptionen.

Textquellen:

<https://diekleinebotin.at/eier-faerben-mit-avocado-schalen/>

<https://welovehandmade.at/wp-content/uploads/2017/03/diy-natuerlich-eier-faerben-rotkraut-ombre-essig-speisesoda-eine-we-love-handmade.jpg>

Entdecker-Quiz: Warum gibt es unterschiedliche Eier?

Beim Einkaufen hat man die Qual der Wahl: Braune oder weiße Eier? Habt ihr euch schon einmal Gedanken darüber gemacht, wieso es Hühnereier eigentlich in mehreren Farben gibt?

Was denkt ihr: **Warum gibt es braune und weiße Eier?**

- a) Weil weiße Hühner weiße Eier und braune Hühner braune Eier legen.
- b) Die Eierschalenfarbe hängt von der Ernährung des Huhns ab.
- c) Eine Schalendrüse im Hühnerdarm bestimmt, ob das Ei weiß oder braun wird.

Achtung Auflösung:

Warum gibt es braune und weiße Eier?

- a) Weil weiße Hühner weiße Eier und braune Hühner braune Eier legen. ✗
- b) Die Eierschalenfarbe hängt von der Ernährung des Huhns ab. ✗
- c) Eine Schalendrüse im Hühnerdarm bestimmt, ob das Ei weiß oder braun wird. ✓

Die Farbe der Eierschale hängt mit der Schalendrüse des Huhns zusammen. Die Drüse produziert Pigmente im Legedarm des Huhns, die aus dem roten Blutfarbstoff Hämoglobin bestehen. Diese lagern sich dann mit den gelben Pigmenten des Gallenfarbstoffs auf der Schale des Eis ab. Wenn sich die roten und gelben Farbpigmente vermischen, entsteht die braune Farbe der Eierschale. Bei Eiern von Hühnerrassen, denen diese Pigmentproduktion fehlt, bleiben die Eierschalen hingegen weiß.

Was bedeuten die Codes auf den Eiern?

Neben der Eierfarbe gibt es noch einen weiteren Unterschied: Nämlich unterscheiden sich die Eier in der Art und Weise, wie die Hühner gehalten werden. Dieses ist durch Codes auf der Eierschale gekennzeichnet. Man entscheidet beim Eier kaufen also, welche Art der Hühnerhaltung man unterstützt. Hier seht ihr, wie Eier gekennzeichnet werden:

- Die erste Ziffer kennzeichnet, wie das Huhn, das das Ei gelegt hat, gehalten wird:
 - 0 = Ei aus ökologischer Freilandhaltung
 - 1 = Ei aus Freilandhaltung
 - 2 = Ei aus Bodenhaltung
 - 3 = Ei aus Käfighaltung bzw. Kleingruppenhaltung
- Die Buchstaben kennzeichnen das Herkunftsland, z.B.
 - AT = Österreich
 - DE = Deutschland
- Die nächsten sieben Ziffern sind die Betriebsnummer des Bauern.

Schnappt euch ein Ei, das ihr zu Hause im Kühlschrank habt, und schaut einmal anhand der Kennzeichnung, von welcher Haltung es kommt und in welchem Land der Betrieb war. Vergleicht es als Hilfe mit der obigen Grafik. Konntet ihr es bestimmen?

Infos rund ums Huhn

Was bedeutet das für die Tiere?

Käfighaltung: Die Hennen wurden früher in mehrstöckigen Käfigen auf Drahtgittern gehalten, ohne Nester und ohne Stangen. Ihnen steht die Fläche eines Din-A4-Blattes zur Verfügung und sie haben keine Möglichkeiten, ihre natürlichen Verhaltensweisen auszuüben. Seit dem Jahr 2012 ist die "Käfighaltung" von Hennen EU-weit verboten und wird durch Kleingruppen-Haltung bis Ende 2025 ersetzt. Sie bieten ihnen nicht mehr Platz, aber wenigstens Nester oder Sitzstangen.

Bodenhaltung: Die Hühner leben bei dieser Haltungsform ausschließlich im Stall. Sie haben ein winziges bisschen mehr Platz. Neun Hennen leben dabei auf einem Quadratmeter. Die Fläche ist in etwa so groß, wie die Hälfte eines Bettes normaler Größe. Du kannst Gegenstände, z.B. Kuscheltiere darauf platzieren, um einen Eindruck zu gewinnen, mit wie viel Platz die Hühner leben.

Freilandhaltung: Wesentlich mehr Bewegungsfreiheit haben die Hennen bei der Freilandhaltung: Sie haben tagsüber Auslauf im Freien und können ihre natürlichen Verhaltensweisen und ihr Bewegungsbedürfnis ausleben. Jedes Huhn hat im Auslauf mindestens vier Quadratmeter Fläche zur Verfügung. Im Stall leben 6 Hennen auf einem Quadratmeter. Auch dies kannst du mit deinen Kuscheltieren simulieren. Eine Fläche von 4 Quadratmetern, kannst du mit einem Doppelbett nachstellen oder du legst die Matratze neben das Bett; dann zählt die gesamte Größe von Bettkasten und Matratze.

Ökologische Erzeugung: Eier aus ökologischer Erzeugung müssen EU-weit ganz besondere Anforderungen erfüllen. Die Hühner werden mit Futter gefüttert, das überwiegend aus ökologischem Anbau stammt. Auch die Lebensbedingungen sind gegenüber der Freilandhaltung noch einmal verbessert. Die Hennen haben neben Auslauf auch Tageslicht in den Ställen und Hähne in den Ställen. Der Platz, den sie zur Verfügung haben, ist genauso groß, wie der der Hühner in Freilandhaltung.

Und wie leben Hühner in freier Wildbahn?

Hühner sind neugierige, lernfähige und intelligente Vögel, die bevorzugt in kleinen Gruppen von fünf bis zwanzig Hennen und einem Hahn leben. In Freiheit verbringen sie viel Zeit mit dem Erkunden der Umgebung und dem Aufspüren ihrer vielfältigen Nahrung, die von Insekten und Würmern bis hin zu Samen oder Früchten reicht. Dabei bewegt sich die Gruppe in einem festen Revier, das durch den leitenden Hahn vor Artgenossen anderer Gruppen verteidigt wird.

Während der Brut- und Aufzuchtphase sondern sich die Hennen vom Rest der Gruppe ab, um an geschützter Stelle ein Nest zu bauen, ihre Eier auszubrüten und die geschlüpften Küken großzuziehen. Werden die Mütter und ihre Küken jedoch einmal getrennt, stoßen beide spezielle Rufe aus, bis sie sich wiedergefunden haben.

Worauf können wir beim Konsum achten?

Ihr könnt euch vorstellen, dass letztere Haltungsformen (0 und 1), bei denen die Hühner mehr Freilauf haben, ihren natürlichen Verhaltensweisen besser genügen und diese Hühner ein glücklicheres Leben haben.

Oft sind Eier von geringen Standards (2, 3) in Fertigprodukten wie Nudeln Pfannkuchen / Crêpes, Kuchen, Torten, Knödel, einigen Fertigdesserts (z.B. Mousse au Chocolat, Kaiserschmarrn), Waffeln / Biskuits, Backwaren wie Blätterteig, Mayonnaise und einigen Fertigsalaten (z.B. russischer Salat) enthalten und werden unbewusst mitkonsumiert. Vermeiden kann man dies, indem man die Zutaten liest, diese Lebensmittel selbst zubereitet und/oder sich für eine vegane Alternative entscheidet.

Für fast alle konventionellen Rezepte gibt es vegane Alternativen, die komplett ohne tierische Produkte und somit auch ohne Eier auskommen. Viele fertig gefärbte Eier, die man zu Ostern kaufen kann, sind ebenfalls Eier aus Boden- und Kleingruppenhaltung. Also auch zum Osterfest empfiehlt es sich, besonders darauf zu achten, woher die Eier stammen.

Textquellen:

<https://www.geo.de/geolino/frage-der-woche/17203-quiz-frage-der-woche-warum-gibt-es-braune-und-weiße-eier>

<https://albert-schweitzer-stiftung.de/massentierhaltung/legehennen#:~:text=K%C3%A4fighaltung&text=Seit%20dem%201.,die%20Industrie%20sogenannte%20ausgestaltete%20K%C3%A4fige.>

<https://utopia.de/ratgeber/kaufberatung-ei-bio-freiland-eier/>

<https://www.wwf.de/aktiv-werden/tipps-fuer-den-alltag/vernuenftig-einkaufen/bio-eier/>

<https://www.gutefrage.net/frage/lebensmittel-mit-versteckten-eiern>

Zeit zum Basteln

Österliche Deko-Aufhänger

Im Frühjahr ist die Zeit, in der man viele Bäume zurückschneidet, damit sie frisch austreiben und stärker nachwachsen. Perfekt! Denn mit den Scheiben von abgeschnittenen Ästen könnt ihr wunderschöne Deko für euren Osterstrauch basteln. Fragt einmal in eurer Nachbarschaft: Bestimmt bekommt ihr von irgendwo Äste, die euch eure Eltern in Scheiben sägen können. Eine Alternative ist es, in den Wald zu gehen und dort heruntergefallene Äste zu sammeln.

Materialien:

- Ast \varnothing ca. 8cm
- Säge
- Bohrmaschine
- Feines Schleifpapier (und je nach Rauheit des Holzes auch gröberes)
- Schnur
- Schere
- Bleistift
- Radiergummi
- Acrylfarbe

1. Lasst eure Eltern eine ca. 4mm dicke Scheibe von eurem Ast abschneiden.
2. Lasst sie nahe am Rand ein Loch hineinbohren.
3. Schleift die Scheibe ab, sodass sie sich schön glatt anfühlt und ihr die Farbe hinterher beim Malen besser auftragen könnt.
4. Überlegt euch ein Oster- oder Frühlingsmotiv und zeichnet dies mit Bleistift vor.
5. Malt es nun mit Acrylfarbe aus. Es sieht auch schön aus, wenn ihr noch ein bisschen von dem Holz unangemalt lasst, damit man das Material sieht.
6. Lasst die Anhänger trocknen.

Fertig, jetzt könnt ihr euren Osterschmuck an einen Strauß oder Strauch im Garten hängen; oder auch verschenken:)

Spiel: Eierlauf

Der Eierlauf als Geschicklichkeitsparcours

Ihr braucht:

- einen Löffel
- einen Tennisball oder ein Ei
- Gegenstände, die ihr als Parcours aufbaut
- mindestens vier Spielende

So geht's:

Der Eierlauf ist ein Klassiker unter den Osterspielen. Zunächst werden zwei Teams gebildet und die Rennstrecke wird festgelegt. Der Parcours kann auch mit ein paar Schwierigkeitsgraden angereichert werden – beispielsweise einem Slalomlauf um aufgestellte Kegel oder über eine Treppe. Die Aufgabe lautet: Balanciere ein Ei auf einem Löffel heil und schnell ins Ziel. Hat das erste Team-Mitglied den Parcours gemeistert, wird das Ei an das nächste Teammitglied der Mannschaft übergeben, das sich nun auf den Weg macht usw. Beide Mannschaften laufen um die Wette und gewonnen hat das Team, deren Staffel als erstes ins Ziel kommt. Fällt das Ei jemandem herunter, hat die andere Mannschaft gewonnen.

Für die Outdoor-Variante des Spiels nimmt man in der Regel ein rohes Ei. Hier ist es nicht schlimm, wenn das Ei herunterfällt und kaputt geht. Für die Indoor-Variante sollte man bei diesem Osterspiel dann doch lieber auf ein gekochtes oder ausgepustetes Ei zurückgreifen. Der Teppich wird es euch danken.

Textquelle:

<http://www.osterbrunnen-langenwetzendorf.de/lustige-osterspiele-fuer-kinder-und-erwachsene/>